

त्याग महिमा का

- ब्र.कु. रामचंद्र...

आज का मानव नाम के पीछे पागल हो गया है। अपने नाम की महिमा की तख्ती गले में लटकाकर घूम रहा है। थोड़ा-सा पुण्य का कार्य किया, तो उसकी तख्ती लटका देता है क्योंकि उसे तुरन्त महिमा का फल चाहिए। उसकी महिमा हो गई तो गैस के गुब्बारे की तरह फूल जाता है और महिमा का पुलाव नहीं मिला तो छुईमुई की तरह मुरझा जाता है। फिर दूसरों के कार्यों में विघ्न खड़ा कर देता है। तो यह है इस आधुनिक युग के इन्सान की हालत। जैसे मिट्टी के माधव। परन्तु मानव को यह ध्यान रखना चाहिए कि जो भी महिमा के फल को स्वीकार नहीं करते हैं उन्हें आगे उसका फल कई गुणा होकर मिलता है। हमारे समक्ष स्वयं ब्रह्मा बाबा मिसाल हैं। ब्रह्मा बाबा ने कभी किसी से महिमा स्वीकार नहीं की। सदा यही कहा कि महिमा तो उस शिव बाबा की है, मैं तो उसका निमित्त माध्यम हूँ। सदा बच्चों की महिमा करके उन्हें आगे बढ़ाया और स्वयं गुप्त ही रहे। इसलिए ब्रह्मा की महिमा से शास्त्र भरे पड़े हैं। साधकों को ब्रह्मा बाबा को फॉलो कर, महिमा से दूर रह स्वयं साधना के द्वारा अपने अन्दर गुण, शक्ति, ज्ञान को धारण कर ईश्वरीय मस्ती में रहना चाहिये। महिमा के पीछे भागने वाले साधक सदा बेचैन, परेशान, असन्तुष्ट और झूठे स्वांग रचते रहते हैं और महिमा को पाने के लिए रात को नौद भी हराम कर, परमात्मा राम से कोसों दूर तूफानों और संघर्षों के बीच स्वयं को खड़ा पाते हैं। क्योंकि कुछ महिमा प्राप्त कर लेने के कारण अहंकार में फूलकर कुप्पा हो जाते हैं और ऐसा ही सोचते हैं कि हमारे जैसा दुनिया में कोई नहीं। परन्तु महिमा को स्वीकार करने वाला साधक इसी जन्म में महिमा का कच्चा फल खाकर खत्म कर देते हैं।

इस पर महाभारत की एक कहानी याद आती है।

एक बार राजा ययाति ने यज्ञ रचा और उसमें दान-पुण्य, जप-तप बहुत किया। ब्राह्मणों को हीरा, माणिक, धन-दौलत देकर सन्तुष्ट किया। इस कारण वह इन्द्र के सिंहासन पर पहुंच गया। इन्द्र ने भी अपना आसन छोड़कर राजा ययाति को इन्द्रासन पर बिठा दिया और इन्द्र स्वयं हाथ जोड़कर नीचे खड़ा हो गया तथा राजा के किये हुए यज्ञ, दान-पुण्य, तप की विस्तार पूर्वक सभा में महिमा करने लगा। इन्द्र ने कहा - राजन! आपने हीरे-माणिक, मोती आदि का बहुत दान किया है। राजा ययाति ने सिर हिलाकर स्वीकार कर लिया। इन्द्र ने कहा - राजन! आपने असंख्य स्वर्ण मुहरों का दान किया है और सोने से मढ़े सींगों वाली गायों का भी दान किया है। आपने लोगों की सुख-सुविधाओं के लिए कुएं, धर्मशालायें, विद्यालय बनवाये हैं। आपने अनेक गरीबों को अन्न-वस्त्र दान किये हैं। आपने ब्राह्मणों, ऋषि, मुनि, सन्तों को भी सन्तुष्ट किया है।

इन्द्र की सभा ने भी राजा ययाति की जी भरकर महिमा की, जिसको वह स्वीकार करता रहा। इस प्रकार राजा के किये हुए पुण्य कर्मों की इन्द्र खड़े-खड़े विस्तार पूर्वक महिमा करता रहा और राजा ययाति इन्द्र पद पर बैठे बैठे अहंकार में सिर हिलाकर स्वीकार करता रहा। कुछ समय बाद इन्द्र ने राजा ययाति से कहा कि आप इन्द्र पद से नीचे उतर जाइये क्योंकि आपने अपने किये हुए सत्कर्मों का फल महिमा के रूप में स्वीकार कर लिया है। इसलिए आप इन्द्र पद के अधिकारी नहीं रहे। तो यह है महिमा को स्वीकार करने का परिणाम। इसलिए सदा महिमा को त्याग कर देना ही भविष्य को उज्ज्वल बनाना है। किसी कवि ने सत्य ही कहा है - तू छोड़ रे अपने गुण और परोपकार की महिमा, झूठे नाम मान की महिमा। कर ले तू प्रभु प्यार की महिमा, प्रभु धाम की महिमा।

सभी का पार्ट साक्षी होकर देखें

जब हम अपने खुशी के इंडेक्स को देखते हैं तो आज भी लगता है कि जैसे यह ऊपर-नीचे हो रहा है। हमारी मंजिल क्या है? क्या हम उसे स्थिरता पर ला सकते हैं? हैपीनेस इंडेक्स की इस पूरी श्रृंखला में हमारा जो पहला प्रयास है वह यह है कि कम-से-कम हम अपनी खुशी को तो देख पायें कि जो हमारे इमोशन्स के साथ दिनभर ऊपर-नीचे होता रहता है। जैसे-जैसे हम प्रयास करते जायेंगे अपनी मंजिल तक पहुंचते जायेंगे। आज कुछ और बातें करते हैं और यह जानने की कोशिश करते हैं कि ऐसा क्या है जो मुझे टेकओवर कर जाता है, फिर मेरी खुशी जिसे मैं खुद किये टकर रही थी, उसे मैं कर नहीं पाती हूँ। इसके कारणों को और ज्यादा विस्तार से जानते हैं ब्र.कु.शिवानी से।

प्रश्न- हमारी ये आदत कैसे बनी कि परिस्थिति ने हमें टेक ओवर किया। हम पहले तो डिस्टैच रहते हैं, फिर उसके बाद जजमेंटल होना शुरू हो जाते हैं, लोगों के प्रति या अपने प्रति भी और उसके बाद हमारी सारी इमोशन्स जो हैं वो पूरी परिस्थिति के ऊपर केंद्रित हो जाती है। अब मैं ऐसी परिस्थिति में क्या करूँ ?

उत्तर- सबसे पहले इसके चेक करना ये अपने आपमें एक बहुत बड़ा प्रोसेस है। इसके लिए हम यह प्रैक्टिस करें कि जैसे हम कोई ड्रामा या मूवी देखते हैं तो ऑडियंस में बैठते हैं। ऑडियंस से बैठकर वहां देखते हैं कि स्टेज पर क्या हो रहा है। इसी तरह से जीवन की यात्रा में भी चलते हुए बीच-बीच में ऑडियंस भी बनते जायें। हम स्टेज पर भी हैं, ऐक्टर भी हैं, लेकिन ऐक्टर के साथ-साथ हमें क्या बनना है? ऑडियंस भी बनना है। ऑडियंस क्यों बनना है? क्योंकि ऑडियंस बनने से हम डिस्टैच रहते हैं। जब हम डिस्टैच होकर देखते हैं तो पता चलता है कि यह ड्रामा है जो अनवरत रूप से चलता ही रहता है, इसमें हर ऐक्टर अपना पार्ट प्ले कर रहा है। हम उसको डिस्टैच होकर देखें, जजमेंटल होकर नहीं। हम जैसे ही जजमेंटल होते हैं तो मानो कि हम उनके रोल से अटैच हो जाते हैं।

शुश्रुमा जीवन जीने की कला (अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज़ से)



-ब्र.कु.शिवानी

प्रश्न- क्या आडियंस का पार्ट दिनभर कर सकते हैं ?

उत्तर- साक्षी होकर हरेक के रोल को देखते जायें जैसे ही आप साक्षी होकर हरेक के रोल को देखेंगे तो आपका माइंड कैसा होता जायेगा? यह स्थिर हो जायेगा, उसमें बहुत ज्यादा डिस्टर्बेंस नहीं होगी। साक्षी होकर दूसरों के रोल को देखते हुए जब आप अपना रोल प्ले करेंगे तो वो रोल कैसा होगा? क्रियेटिव से भरा होगा, क्योंकि आपका माइंड स्थिर और स्टेबल है। एक डिस्टर्ब माइंड वाला व्यक्ति कभी भी क्रियेटिव नहीं हो सकता है। क्योंकि उसके अंदर वो शक्ति ही नहीं होती है। मान लो अभी मैं अच्छे मूड में हूँ। आपने ऐसा कुछ कहा जिससे मेरा मुड ऑफ हो गया, इसमें हमारा दोष कुछ भी नहीं था। लेकिन मैं कहती हूँ ये तो नैचुरल है, उन्होंने ऐसा बोला तो मुझे बुरा लगेगा ही। इसका मतलब है कि मेरे अंदर वो शक्ति ही नहीं है कि मैं अपने रोल को कैसे प्ले करने वाली हूँ। मेरा रोल आपके रोल पर निर्भर हो गया। आप अपना रोल जैसे प्ले करेंगे फिर उसी हिसाब से मैं अपना रोल प्ले करूंगी। आप सारे दिन में स्वयं को देखें कि आप रोल को क्रियेटिवली प्ले कर रहे हैं या हमारा रोल अपने आप ही बनता जा रहा है। क्योंकि दूसरे के रोल में हम इतना ज्यादा इनवॉल्व हो गये हैं कि उस समय हम अपना रोल प्ले करना ही भूल जाते हैं और दूसरे के रोल पर जजमेंटल होने लगते हैं।

प्रश्न- जब हम फिल्म या ड्रामा ही नहीं देख पा रहे हैं, एक साक्षी भाव से हम अपने जीवन में तो ?

उत्तर- आज सारे दिन में हम एक बार ट्राय करके देखें कि हमें किसी के भी रोल को जज नहीं करना है। उनको ऐसे करना चाहिए, ऐसे नहीं करना चाहिए, हमें ये करना है, हमें ये नहीं करना है लेकिन ये तो हमारी जिम्मेवारी है। अगर आपको एक दिन ज्यादा भारी लग रहा हो तो आप एक घंटे के लिए भी कर सकते हैं।

प्रश्न- हमें पता है कि पूरे दिन में बहुत सारे लोग और परिस्थितियां ऐसी आने वाली है कि हम यह करना भूल जायेंगे।

उत्तर- अच्छा एक घंटा तो संभव है ना! एक घंटा करके देखा है कि आप इसके बाद कैसा फील करते हैं। आप देखेंगे की बहुत सारी जजमेंटल बातें हम नहीं बोल रहे हैं। (क्रमशः)



बुरहानपुर। ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा पत्रकारों के लिए आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए जयकृष्ण गौड़। मंच पर हैं प्रो. कमल दीक्षित, ब्र.कु.सुधा तथा अन्य।



चन्द्रपुर। ओम शान्ति हॉल के भूमि पूजन कार्यक्रम में मेयर संगीता अमृतकर, पूर्व सांसद नरेश बाबू पुगलिया, ब्र.कु.कुंदा, ब्र.कु.कुसुम, ब्र.कु.डॉ.सचिन तथा अन्य।



धुरी। समर्पण समारोह के अवसर पर ब्र.कु.मूर्ति, ब्र.कु.सुनिता, पूर्व विधायक धनवंत सिंह, रूप कौर बागड़िया, ब्र.कु.जगरूप तथा अन्य परमात्म स्मृति में खड़े हैं।



डिकोल गाँव (भीलवाड़ा)। गाँव गाँव में शिव संदेश देने के लिए बने परवानों के गुप की सदस्या ब्र.कु.भावना तथा अन्य गाँव में संदेश देते हुए।



गांधीनगर। रिसर्च सेंटर के साईंटिस्ट को आध्यात्मिक संदेश देने के पश्चात ब्र.कु.उषा, ब्र.कु.कैलाश दीदी, ब्र.कु.धर्मिष्ठा तथा अन्य समूह चित्र में।



पणजी (गोवा)। द सीक्रेट ऑफ हैपीनेस कार्यक्रम के अवसर पर ब्र.कु.बृजमोहन, ब्र.कु.लीला करोल तथा क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.शोभा।



कोलकाता। ब्र.कु.सोनी को 'हेल्थ एक्सिलेंस अवार्ड', से सम्मानित करते हुए हाइकोर्ट के पूर्व न्यायाधीश ए.ए.एल.सराफ।